



Combate la Gripe, Houston Mensaje de otoño

Dr. David E. Persse
Autoridad de Salud Pública
Ciudad de Houston

Es otoño y todos estamos pensando de Nuevo en la temporada de gripe. Pero este año debe ser un poco más fácil que el año pasado, pues ahora las vacunas están todas unidas en una sola. No va a ser como el año pasado cuando yo me preocupaba, “Uy ¿me puse la vacuna contra la gripe de temporada? ¿Recibí la vacuna contra la H1N1?” Solo debes vacunarte temprano, pues ambas vacunas se han incorporado en una sola. Pero no olvides seguir con esos hábitos sanos que aprendiste el año pasado: cubrirte la tos, lavarte las manos con frecuencia, y quedarte en casa si estás enfermo.

Veras, esos hábitos sanos no solo ayudan a minimizar la difusión del virus de la influenza, sino que también de otras enfermedades presentes en esta época del año, algunas de las cuales te hacen sentir tan mal como la gripe, pero no son la influenza. Los llamamos virus para-influenza, y pueden causar enfermedades parecidas a la influenza. La vacuna no previene estas enfermedades. Sin embargo, se ven disminuidas por esos hábitos sanos: lavarse frecuentemente las manos, cubrir la tos, y quedarse en casa estando enfermos.

Si hacemos todo esto igual que el año pasado, tendremos mucho éxito. ¡Combate la Gripe, Houston!